



# Diabetes Mellitus (DM)

Cuidado de la Salud



## Diabetes Mellitus

La diabetes es una enfermedad crónica en la que se produce un exceso de glucosa o azúcar en la sangre y en la orina.

**Hiperglucemia:** azúcar alta.

**Hipoglucemia:** azúcar baja.

### Tipos

- **Diabetes tipo 1:** el cuerpo no produce suficiente insulina.
- **Diabetes tipo 2:** el cuerpo produce insulina pero no la utiliza apropiadamente.
- **Diabetes gestacional:** una condición temporal durante el embarazo.

**La principal causa es la disminución o la no producción de la hormona insulina, secretada por el páncreas.**

## Diabetes tipo 1

En la diabetes tipo 1 el páncreas produce poca o ninguna insulina. La insulina es una hormona necesaria para permitir que el azúcar ingrese a las células para producir energía.

**Los factores que pueden contribuir a la diabetes tipo 1 son la genética y ciertos virus.**

**Por lo general, aparece durante la infancia o la adolescencia, también puede comenzar en la edad adulta.**



## Diabetes tipo 2

En la diabetes tipo 2, el páncreas aún puede seguir fabricando insulina, pero no la cantidad suficiente y el cuerpo no responde a esta hormona con normalidad.

**Es más común en los adultos, sin embargo, la diabetes de tipo 2 afecta cada vez más a los niños, debido al aumento de la obesidad infantil.**

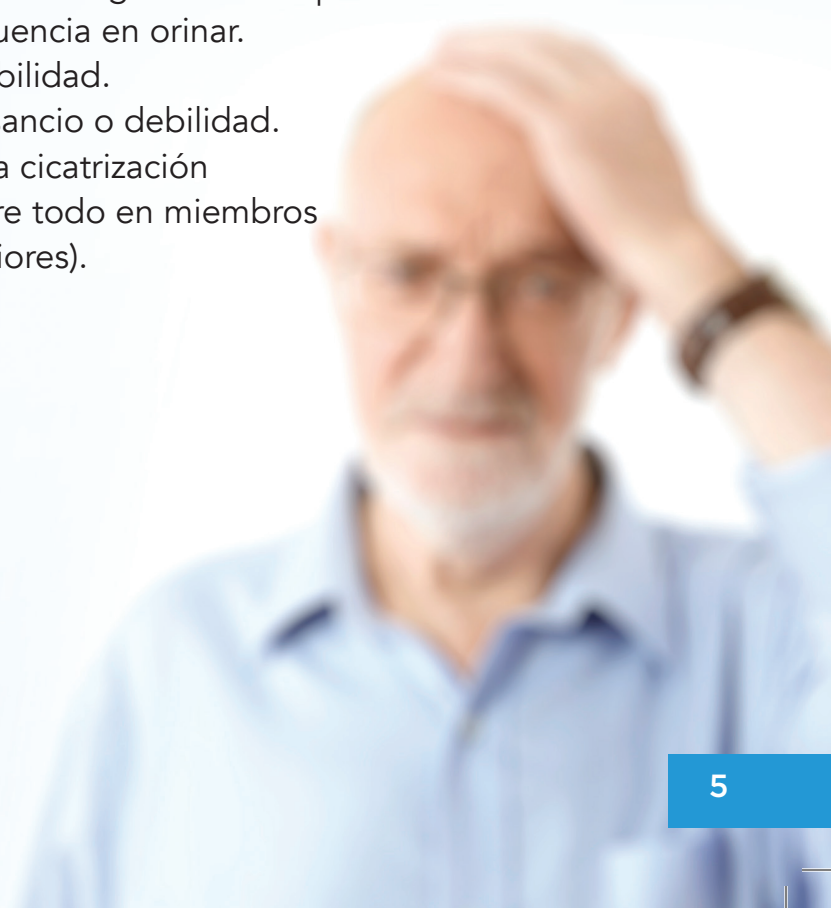


## Síntomas de la diabetes

La DM se caracteriza por ser asintomática.

Los síntomas que presentan y que te dan una alerta son:

- Mucha sed.
- Mucha hambre.
- Pérdida de peso no intencional.
- Visión borrosa.
- Disfunción sexual.
- Frecuencia en orinar.
- Infecciones genitales a repetición.
- Frecuencia en orinar.
- Irritabilidad.
- Cansancio o debilidad.
- Lenta cicatrización (sobre todo en miembros inferiores).



## Complicaciones DM

Existen complicaciones agudas y crónicas.

**Las agudas:** representan una amenaza para la vida, porque surgen rápidamente. Pueden ser desde sudor frío, temblores, taquicardia, palpitaciones, hasta ansiedad.

**Estas complicaciones agudas requieren atención médica inmediata.**

## Complicaciones crónicas

Las complicaciones crónicas tienden a ser progresivas. Con frecuencia, existen daños antes de que haya síntomas. Se recomiendan análisis preventivos, principalmente en los órganos más vulnerables.

### ¿Qué partes de mi cuerpo puede afectar la diabetes?

Ojos, boca, hígado, extremidades (en especial los pies), cerebro, nervios, corazón y riñones.



## Diagnóstico

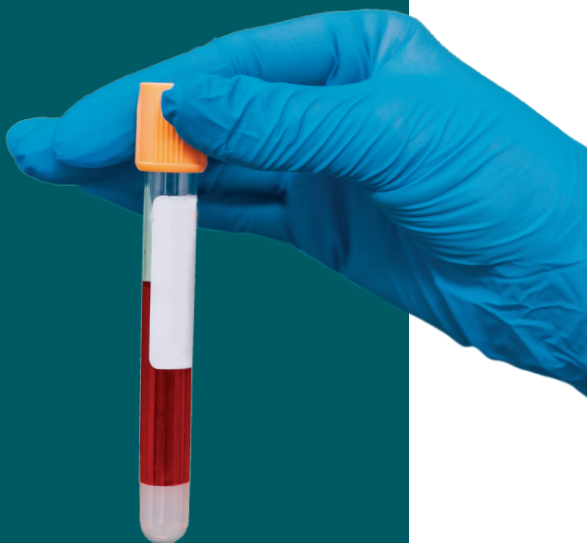
La Asociación Americana de Diabetes se basa en los resultados obtenidos de dos mediciones de glucosa en sangre:

**Ayunas:** 8 horas sin ingerir alimentos.

**Post pandrial:** a las 2 horas luego de ingerir alimentos.

### Hemoglobina glicosilada (HbA1c):

Es un examen de sangre que permite evaluar cómo han estado los niveles de azúcar en la sangre durante los 3 meses anteriores al momento de la muestra.



**El valor de la HbA1c en diabetes debe ser igual o mayor a 6.5%.**

## Factores de riesgo no modificables

- Edad.
- Herencia.
- Sexo.
- Raza.
- Colesterol alto.
- Diabetes gestacional.

El tratamiento busca detener la progresión de la enfermedad, así como revertir los daños ya causados por el aumento de la glicemia, pero la diabetes ya instaurada, no tiene cura.

## Factores que debes evitar para mantenerte estable:

- Tabaquismo.
- Consumo de alcohol.
- Sobrepeso, obesidad y prediabetes.
- Sedentarismo.
- Alimentación no saludable.





## **Tratamiento:**

El tratamiento se basa en restaurar los niveles de glucosa sanguínea a valores normales mediante **cinco pasos básicos:**

- 1. Acudir a las citas médicas de manera regular.**
- 2. Uso de medicamentos inyectables y orales, usualmente insulina.**
- 3. Llevar autocontroles de glucosa con el glucómetro.**
- 4. Realizar actividad física.**
- 5. Llevar una alimentación saludable.**





**Recuerda:**

**La educación y la prevención son  
tu mejor tratamiento**

¡Cuídate, la vida puede ser muy dulce sin azúcar!



Calle José López No. 26 esquina Calle Amelia Francasci,  
Torre Gampsa IV, 5to piso, Los Prados, República Dominicana  
Tel.: 809-378-1241 | [www.affinis.com.do](http://www.affinis.com.do) | [@affinisrd](https://www.instagram.com/affinisrd) [f](https://www.facebook.com/affinisrd) [in](https://www.linkedin.com/company/affinisrd)